

가정의학

당뇨병의 치료(21-1) 당뇨병에서 인슐린 실제 사용법

경구약(oral agents)으로 더 이상 혈당 조절이 되지 않는 제2형 당뇨병이나 처음부터 인슐린 요법을 필요로 하는 제1형 당뇨병 환자에게는 인슐린만을 사용하여 치료를 하게 되는데 그 사용법에는 여러가지가 있습니다.

지속형(long-acting) 인슐린을 하루 1회 투여하는 방법, 중간형(intermediate) 혹은 혼합형(mixed) 인슐린을 하루 1-2회 투여하는 방법, 지속형을 잠자기 전에 그리고 속효성(rapid-acting) 인슐린을 매 식사 전에 투여하는 방법(다회 인슐린요법) 등을 매우 다양하게 적용합니다.

이 중 어떠한 방법으로 혈당을 조절할 것인지는 환자와 주치의가 함께 상의하여 상황에 맞추어 사용합니다. 즉, 하루 중에서 고혈당(hyperglycemia)이 주로 나타나는 시기, 당뇨 환자에게 남아있는 인슐린 분비 능력, 식사량과 식사 습관, 인슐린 주사에 대한 환자의 태도, 환자의 순응도 등을 고려하여 결정하는 것입니다.

전통적인 인슐린 치료 방법은 중간형 혹은 지속형 인슐린을 하루에 1-2회 주사를 하는 것으로 적정량의 인슐린(glargine의 경우 시작 용량은 10단위)을 취침 전이나 아침 공복에 시작하도록 합니다.



아침에 공복 혈당(fasting blood glucose)을 측정해서 목표 혈당수치인 70-130mg/dL에 도달할 때까지 3일마다 2단위씩 증량합니다. 만약 공복 혈당이 180mg/dL 이상으로 높다면 3일마다 4단위씩 증량하기도 하지만 급하게 용량을 올리는 것보다는 서서히 적은 양을 올리는 것이 안전한 방법입니다.

만약 저혈당(hypoglycemia)이 발생하거나 아침 공복 혈당이 70mg/dL보다 낮다면 취침 전의 인슐린 용량을 4단위 혹은 10% 줄여야 합니다.

▶ 다음 호에 계속됩니다.

오문목 가정의학비뇨기과
원장 오문목 의학박사
TEL (949) 552-8217



치과

틀니(Dentures)

이가 하나만 없어도 불편한데 아랫니 전체가 빠지고 없다면 고통은 상상을 초월할 것이다. 일반적으로 윗니 전체에 틀니를 낀 사람은 그럭저럭 견뎌 나가지만 아래에 틀니를 낀 사람은 많은 어려움과 통증을 호소한다. 아랫니 잇몸 틀의 형태학적 구조가 전체를 틀니로 하기에는 근본적으로 어려움이 있는 까닭이다.

가장 좋은 대안은 인공치아인 임플란트를 이식할 때처럼 인공치근을 심고 거기에 부분 틀니를 한다. 인공치근에 인공치아를 씌우는 임플란트는 실제 치아와 모양, 씹는 힘, 수명에서 결코 뒤떨어지지 않는 큰 매력이다. 하지만 아랫니 전체를 임플란트로 하기에는 가격이 만만치 않은 게 현실이다. 때문에 인공치근과 틀니를 함께 사용한다면 씹지 못하는 고통에서 벗어날 수 있다.

우선 잇몸 틀이 충분히 클 때는 빠진 아랫니 중 앞니 부위에 2개의 인공치근을 심고 여기에 맞게 틀니를 제작한다. 전체 틀니보다는 음식을 씹을 때 틀니가 좀 더 안정된 느낌을 받을 수 있다. 하지만 이렇게 해도 역시 틀니는 조금씩 움직이는 경향이 있으며 음식물 찌꺼기가 틀니 밑에 들어가면 잇몸에 통증이 느껴진다. 반드시 주기적으로 틀니를 조정해 주어야 한다.

다음은 46개의 인공치근을 심은 뒤 이 인공치근들을 연결하는 금속의 봉을 제작해 인공치근에 고정된 다음 틀니의 안쪽 면에 클립이라는 유지장치를 부착해 그 금속봉과 클립이 움직이지 않

게 하는 방법이 있다. 이는 틀니의 안정성과 견고성을 극대화한 것으로 인공치근 2개를 심었을 때보다 더 안정적이고 틀니의 움직임이 거의 없다는 장점이 있다. 이 틀니는 언제나 빠서 닦을 수도 있다. 5~6개 또는 그보다 많은 개수의 인공치근을 심고 틀니를 나사로 고정하는 방법도 있다.

틀니가 잇몸에 닿지 않기 때문에 틀니로 인한 잇몸 손상이 전혀 없고, 틀니의 움직임이 전혀 없기 때문에 대부분의 사람들이 가장 선호하는 방법이다. 틀니가 나사로 고정돼 있기 때문에 틀니 검사는 주기적으로 치과에 가서 해야 한다. 한 가지 단점은 틀니 밑 부분의 청결을 위해 투자해야 하는 시간이 많다.

만약 잇몸 뼈의 크기와 모양이 좋다면 8개 이상의 인공치근을 심어 자연치아와 비슷한 모양을 갖출 것을 권한다. 많은 수의 인공치근을 심어야 하기 때문에 비용이 비싸지만 저작력과 느낌, 모양이 자연치아와 거의 비슷하기 때문에 선택의 대상이 되고 있다. 단 여기서 중요한 사실은 틀니를 할 경우 더 많은 수의 인공치근을 심으면 입 천정을 덮는 부분을 그만큼 줄일 수 있으므로 음식물의 맛을 더 잘 느낄 수 있고 더 자연스러운 느낌을 가질 수 있다.

남태준 종합치과
남태준 원장
TEL (714) 871-4962



“에버그린 프리스쿨입니다”

www.myeevergreenschool.com

714.670.9687

“아이들이 VISION을 꿈꾸는 학교”